

LEHRER/INNEN-INFO

↳ ANREGUNGEN FÜR DEN UNTERRICHT
ETHIK, DEUTSCH, BIOLOGIE,
PROJEKTARBEIT ZU ERNÄHRUNG UND
ESSGEWOHNHEITEN
↳ KLASSE 7–10

↳ DER ESSOTIGER

DER ESSOTIGER

Ein Klassenzimmer-Stück

| von Jörg Menke-Peitzmeyer | 40 Min. |

Die Klassentür geht auf, und herein stolpert ein riesiges Plüschtier. Der Essotiger! In dem riesigen Tigerkostüm steckt ein junger Mann – ein Werbejob, bei dem er tierisch schwitzt und sich der Lächerlichkeit preisgibt. Aber er trägt den flauschigen Pelz nicht nur wegen des Geldes. Der übergewichtige Junge verliert bei „fünfzig Grad Feltemperatur“ etliche Pfunde. | Und wenn er seinem Idealgewicht näher kommt, schaut ihn das blonde Mädchen auf dem Schulhof vielleicht auch einmal an. |

| In lockerem, oft witzigem Tonfall geht es um Übergewicht, Schönheitsideale und Ess-Störungen samt Teufelskreis, wenn das Essen zur Sucht wird. |

DER ESSOTIGER KOMMT IN DIE SCHULE

Expertengespräch im Anschluss | DER ESSOTIGER ist ein Ein-Personen-Stück für das Klassenzimmer, das individuell für den Unterricht gebucht werden kann. Die 40-minütige Aufführung findet stets in Verbindung mit einem anschließenden Expertengespräch statt. Ausgehend von der Figur des Essotigers hinterfragen und diskutieren die SchülerInnen eigene Essgewohnheiten und Körperbilder. Gemeinsam mit der Expertin überprüfen sie Schlankheitsideale in ihrem gesellschaftlichem Kontext und in ihren Auswirkungen auf das eigene Selbstbild. Mythen um Diäten werden aufgelöst und eine Sensibilisierung für bewusste und gesunde Ernährung geschaffen. | DER ESSOTIGER bietet einen kurzweiligen und unterhaltsamen Einstieg in ein wichtiges Thema. |

ESS-STÖRUNGEN

... sind seelische Krankheiten, die dem Körper schwer schaden. Das Essen wird manipuliert und kontrolliert, um das Gewicht und die Figur zu ändern. Dahinter stecken ein negatives Selbstbild und unterdrückte Gefühle. Angst, Ärger, Traurigkeit und Wut werden verdrängt. Das Essen oder Nicht-Essen wird zum Ausweg oder Ersatz und kann Suchtcharakter bekommen.

FAKTEN

- Etwa 30 % der bis zu 10-jährigen Mädchen haben bereits Erfahrungen mit Diäten gemacht.
- 63% der 13- bis 14-Jährigen würden gerne besser aussehen und 56% wären gerne dünner.
- Bereits jede dritte Schülerin und jeder sechste Schüler zwischen 12 und 20 Jahren leidet an Frühformen von Ess-Störungen. Bei 14% der Mädchen besteht bereits ein sehr hohes Risiko für die Entwicklung einer Magersucht.

(Angaben nach Bundesanstalt für gesundheitliche Aufklärung)



ESSOTIGER: | „Ich hab wirklich jede Diät gemacht. Und wenn ich j e d e sage, dann meine ich auch j e d e. Diäten mit Ingwer, mit Kurmolke, die Schoenenberger Schlankeits-Kur, die Glyxdiät, Weightwatchers, einfach alles. Ihr könnt mich nachts um drei wecken, und ich spule euch den Fett- und Kohlenhydratgehalt sämtlicher Lebensmittel rauf und runter. Andere kennen den Geburtsort von Jennifer Lopez, das Parfum von Robbie Williams oder die Trefferquote von Luca Toni, ich kenne den Fettgehalt von Weizenkleie-Soja-Muffins und den Kohlenhydratanteil von Chili con Soja. Ich habe wirklich mit allem gerechnet, mit mct-Produkten, Mineralstoffen und probiotischen Milchsäurebakterien - nur mit einem nicht. Mit hundert Prozent Luftfeuchtigkeit, dem Gestank einer drei Monate ungelüfteten Besenkammer, Sturzbächen von Schweiß, einem Ganzkörperjuckreiz und fünfundzwanzigeurofünfzig die Stunde. Ich hab nicht mit dem Essotiger gerechnet. Jetzt habe ich keine Zeit mehr zum Essen, verdiene ein Schweinegeld und nehme ab. Das Einzige, was geblieben ist, ist das Schwitzen. Aber dafür schwitze ich jetzt ohne zu essen. Ich schwitze, weil es hier drin so heiß ist. Und das ist die eigentliche Diät.“



Fotos: Stefan Odry

| „Dieses Stück eignet sich hervorragend das Thema Übergewicht und Esssucht jugendgemäß anzusprechen und hilft Betroffene besser zu verstehen, die unter Diskriminierung und Mobbing leiden. Ein Stück, das zum Nachdenken über Ursachen und Hilfsmöglichkeiten anregt, jenseits der üblichen schnellen Tipps für sogenannte ‚Couch-Potatoes‘.“ ↳ M. Hartmann, Beratungszentrum bei Ess-Störungen Dick & Dünn e.V. |

BUCHEN SIE DEN ESSOTIGER
FÜR IHRE SCHULE!

(030) 695 99 222

STRAHL@THEATER-STRAHL.DE

WWW.THEATER-STRAHL.DE

IN KOOPERATION MIT: DICK & DÜNN E.V., AOK BERLIN
EINE KOPRODUKTION MIT: SCHLOSSTHEATER CELLE

DICK & DÜNN


SCHLOSSTHEATER
CELLE



↳ Für die Vorstellung inklusive Nachgespräch müssen Sie eine Doppelstunde (90 Minuten) einplanen. Setzen Sie sich bitte wegen der Preisabsprache mit uns in Verbindung.

**THEATER STRAHL
BERLIN**